

皆さんが今読んでいる本は、どんな本だろうか。私は、ここのところ7冊の本を読んでいる。7冊を併読している。

私は、このスタイルを教頭時代から始めた。それまでは、1冊の本を読み切ってから次の本を読むようにしていた。それが当たり前だと思っていた。ところが、単身赴任のテレビがない生活の中では、1冊の本を読み切ることができず、途中で眠くなってしまふ。たぶんさほど興味がないジャンルの本を読んでいたからだと思う。

あの頃の私は、「生き方」「哲学」「人生論」「リーダー論」「人間力」等の分野に手を出し始めた。当然眠くなる。そこで、眠くなる前に、違う本を読むようにした。すると、5～6冊の本を併読するスタイルに落ち着いたわけである。

併読という読書スタイルについて確認しておく。「併読」とは、その名の通り数冊の本を同時期に少しずつ並行して読み進めることである。例えば、本がA、B、Cと3冊あったとする。普通に読む場合は、Aを読破する、Bを読破する、Cを読破するというふうに順番に読んでいくのが定石であろう。中途半端なまま投げ出すのは、なんだかよくない気がするので、このようにする方が多いかと思う。

しかし、併読では、本Aをちょっと読む、本Bをちょっと読む、本Cをちょっと読むをぐるぐる繰り返して、そのうち本A、B、Cのいずれかを読み終わり、残りも同じように読んでいくというスタイルである。この際には、章とか節が大変役に立つ。併読する本の数は個々人によってそれぞれである。人によっては10冊くらい並行して読み進める場合もある。

では、普通に順番に読むよりも併読の方が何がいいのかという話になるが、私はこう考える。まず、集中力が切れにくくなる。ページ数が多かったりする大作を読むと、やはり疲れる。疲れると内容が入ってこなくなるので、いくら充実した内容の本であっても、これでは読む意味がない。そこで、一つの章や節を読んだらやめる。そして別の本に行く。また戻って次の章や節を読む。こうすると、集中力が切れずに少しずつ読むので、内容を落とすことなく確実に読破できる。

次に、読むペースが上がる。というのは、読む本を短時間で換えることで頭をリセットできるので、また新鮮な目で集中できるようになる。また、乱読気味に読んでいくと、併読と乱読の相乗効果も期待できる。外山滋比古氏の本に「乱読のセレンディピティ」というものがある。「セレンディピティ」とは、「素敵な偶然に出会ったり、予想外のものを発見すること。また、何かを探しているときに、探しているものとは別の価値があるものを偶然見つけること」である。皆さん、少なからずこういった経験があたりではあるまいか。

ちなみに、皆さんは「ポモドーロ・テクニック」という時間管理術をご存じだろうか。短めの作業と短い休憩を繰り返す方法である。具体的には、「25分の作業+5分の休憩」を1ポモドーロとし、4ポモドーロ（2時間）ごとに30分間の休憩をとる。

ポモドーロとは何か。ポモドーロとはイタリア語でトマトのことである。これは発案者のイタリアの起業家で作家のフランチェスコ・シリロが学生時代に愛用していたトマト型のキッチンタイマーからきている。この方法は、エンジニアやデザイナーなどクリエイティブで高い集中力が必要な人を中心に取り入れられている。

学校の試験勉強や高校・大学の受験勉強でも、同じようなことをしている人は多いのではなかろうか。「ポモドーロ・テクニック」のことは知らなかったが、私も昔同じようなことをやっていた。ただし、私の場合は、2ポモドーロで終わってしまうところが、自分でも残念な人だと思う。読書にも活用できる方法だとは思いますが、休憩するよりは、別の本を読むようにする併読のほうが良いように思う。

併読について述べてきたが、何が何でもこのスタイルに固執しているわけではない。読んでいくうちに、おもしろく、集中力が持続する場合には、一気に読んでしまうこともある。事実、一気に読んでしまった本もたくさんある。それは小説に多い。要は、あまり気合を入れずに、飽きたら別の本を読むということである。結果的に、併読にもセレンディピティが起こると感じている。